

EXPERIMENTAR esta edición de Susurros del Zen
es vivencial,NO ES UN LIBRO PARA LEER,
es para ser saboreado como experiencia vital,
la presentación en esta edición es una visión Zen,
para cuestionar la comprensión subjetiva.
Ser testigos del instante percibiendo el ahora.
Zen sin forma con las cristalinas aguas
de la fuerza de la fuente de la vida
brotando en la edición de este libro,
la experiencia susurrada al oido del testigo
,el aquí y el ahora como verdad vivencial
y existencial.Ser testigos desde el centro del Ser,
un reencuentro con uno mismo.

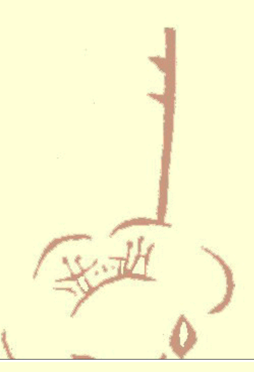
Susurros del Zen

Jordi Mas i Manjon

Susurros del Zen

Bubok Publishing, S.L.

PORTADA DEL LIBRO
BUBOK PUBLISHING, S.L.





EXPERIMENTAR esta edición de Susurros del Zen
es vivencial,NO ES UN LIBRO PARA LEER,
es para ser saboreado como experiencia vital,
la presentación en esta edición es una visión Zen,
para cuestionar la comprensión subjetiva.
Ser testigos del instante percibiendo el ahora.
Zen sin forma con las cristalinas aguas
de la fuerza de la fuente de la vida
brotando en la edición de este libro,
la experiencia susurrada al oido del testigo
,el aquí y el ahora como verdad vivencial
y existencial.Ser testigos desde el centro del Ser,
un reencuentro con uno mismo.

Susurros del Zen

Jordi Mas i Manjon

Susurros del Zen

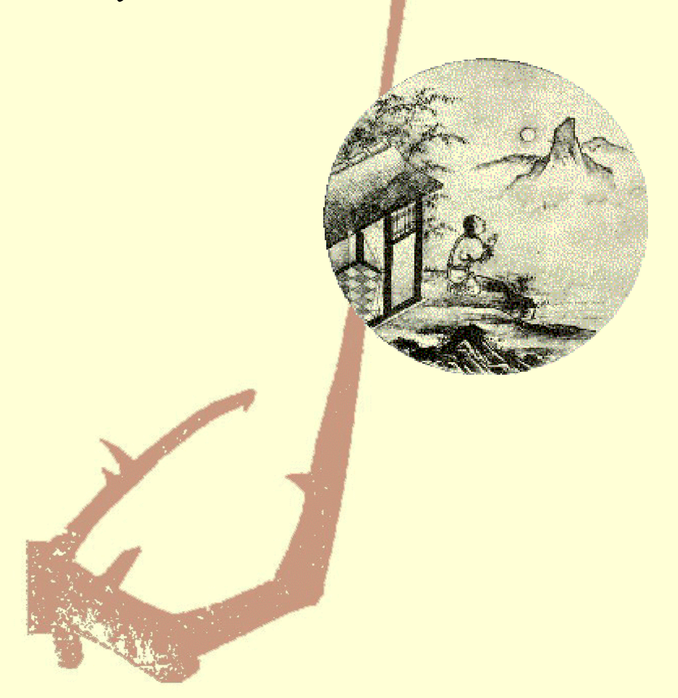
Bubok Publishing, S.L.



ZEN

POR

Jordi Mas i Manjon





¿QUÉ ES TODO?

En esta primera exposición he escogido un texto de un monje zen que vivió en el siglo XIII, y que no sabía leer y escribir, este monje llamado HOSSHIN compuso un breve poema antes de morir.

Al venir, todo está claro, no hay duda
Al ir, todo está claro, sin duda.
¿Qué es, pues, todo?

Comentario:Es profundo el breve poema, es la expresión de una experiencia vivenciada en lo más profundo, ¿Qué es todo? , la no diferenciación la no discriminación, cuando nos asomamos a la puerta de casa y decimos ¡que bonito día! o que feo día, ello es nuestra diferenciación, no algo inherente en ello, el día no es bónito ni feo, es lo que es, nosotros contaminamos con nuestra capacidad diferenciadora lo que en si mismo es perfecto.

En nuestra convivencia nos sucede aspectos análogos, decidimos constantemente lo que nos parece bien y mal, ello nos HACE PENSAR LA VIDA, y la vida es para VIVIRLA no para pensarla, la mayoría de las veces percibimos lo que nosotros pensamos no lo que es en si mismo, en la relación diaria con otras personas, observamos nuestras propias discriminaciones y nos perdemos la observación auténtica la vivencia profunda, nos dejamos llevar por las diferenciaciones de los demás y al final solamente podemos comprender un cúmulo de confusiones y malos entendidos que nosotros solos sin ayuda de nadie hemos proyectado.

El todo del que habla el poeta HOSSHIN, es la

aceptación sin límites de lo que nosotros somos una parte profunda y que solo precisa que la vivamos y de lo que menos necesita es pensarla (fabricar la realidad).

Intentaré en la medida de lo posible contestar a los emails, recuerden sin embargo que el ZEN no es una filosofía, es ,si me lo permiten la COMPRENSION.

Preguntas referentes al Zen

masjor@gmail.com



EL ATASCO
RASCARSE EL PIE CON EL ZAPATO PUESTO

COMENTARIO : El Atasco en nuestra vida común es provocada por nuestro afán de Meta (objetivo), un monje en el monasterio y un hombre de negocios están igualmente atascados, los dos tienen en común un objetivo que aunque diferente en su origen no lo es en su afán de logro.

La barrera que no nos permite comprender nuestra propia UNIDAD, es la dualidad, la vida es una INTEGRIDAD VITAL, en el momento en el que

decidimos de modo discriminatorio nos ATASCAMOS.

El deseo de lograr un objetivo cualquiera que sea, nos ciega y no nos permite percibir de modo INTEGRO.

Solemos percibir de un modo ilusorio, la imagen es lo que nos atrae con más fuerza, es decir la PERIFERIA, y no percibimos el CENTRO, que es donde se encuentra la INTEGRIDAD ESENCIAL.

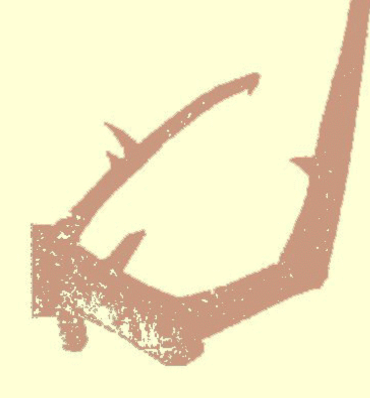
Un suceso común en la época que vivimos, es jóvenes de ambos sexos que padecen de anorexia, ello es una muestra de que son lo que piensan de su periferia, es decir su imagen superficial, les preocupa de modo intenso lo que dicen de ellos, y ello es peligroso ya que entonces construyen una ficción de su realidad, no prestando atención al suceso siguiente; el que una persona piense que estas gorda o gordo ello no te hace de esa manera, del mismo modo que si decimos de alguien que parece que está bien alimentado ello no quiere decir, que lo esté; este es el problema que se creen la ficción la imagen olvidando el HECHO.

Si nos encontramos con alguien con hambre, ya le podemos hablar de recetas de comida o enseñarle

fotos de cocinas, que ello no hará que esté bien alimentado, del mismo modo del sediento ya podemos darle la formula del H^2O ello no calmara su sed.

Cuando observamos un reflejo sobre el agua de un árbol, no vemos el árbol, sino que pensamos en la imagen del árbol, ello es una ficción un burda imitación del auténtico árbol, solamente es preciso levantar la vista de la imagen reflejada para poder observar la REALIDAD DEL ÁRBOL.

En todos los campos de nuestra existencia CULTURAL, siempre estamos observando la imagen de algo, siempre pensamos en la ficción de algo, y nos perdemos el hecho de lo existencial LA INTEGRIDAD VITAL.





MIRARSE LA PUNTA DE LA NARIZ

Comentario: Por qué resulta tan difícil mirarse la punta de la nariz, comprender que lo obvio está presente en nuestra vida desde su comienzo, resulta de lo más gracioso, recuerdo la historia del monje que visita a su maestro y le pregunta, ¿que debo hacer para ser un Buda? y el maestro le responde

golpeándole con un bastón, el alumno sollozando pregunta entonces ¿qué he hecho mal? por que me pegas y el maestro le responde, te golpeo por que no eres consciente de que ya eres un BUDA.

Esta es la cuestión, lo que llamamos iluminación es la consciencia recobrada de lo que ya somos, ¡casi nada! muchos piensan que son conscientes, pero solo ven sombras, ficciones de su realidad, ser consciente es la NATURALEZA INTRINSECA del ser humano, por eso el mirarse la punta de la nariz nos recuerda constantentemnte que lo tenemos enfrente nuestro, que no es necesario buscar en lugares lejanos .

Nuestra preocupación exagerada por imaginar lo que será nuestro futuro no nos permite experimentar la dicha del momento presente, la inconsciencia es el estado común promovido por una cultura global que nos aleja de la INTEGRIDAD VITAL.

En concreto no hace falta que busquemos más lejos de nuestra punta de la nariz.



AQUÍ AHORA

COMENTARIO : El pasado es siempre memoria el futuro un ficción, y entre los dos un enlace que es el presente, desde hace siglos los monjes ZEN saben lo que la ciencia actual ha descubierto referente al espacio tiempo, AQUÍ AHORA reúne de un modo sintético el espacio y tiempo, solo el momento presente es auténtico, si se percibe en su integridad

sin la contaminación de nuestras proyecciones mentales, no puede haber una aquí (espacio) sin un ahora (tiempo) los dos están íntimamente ligados, sin embargo el pasado que es una deformada pasión de la mente en establecer

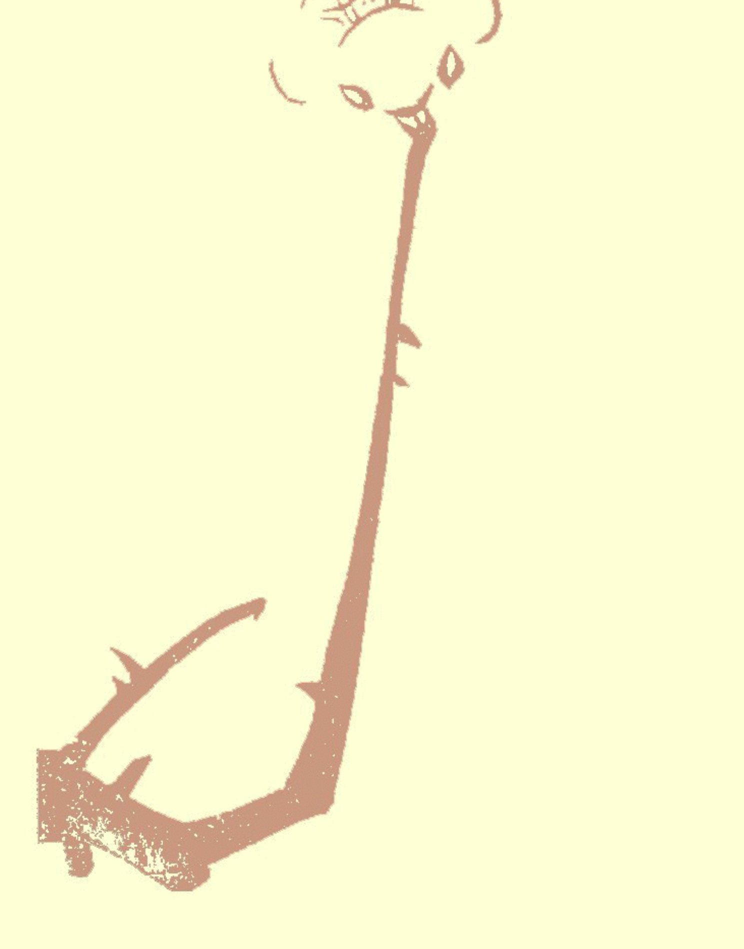
parámetros de recuerdos, no nos permite establecer en el AQUÍ AHORA una experiencia de COMPRENSIÓN porque en nuestra apercepción que está basada en vínculos de experiencias y recuerdos contaminan nuestra naturaleza comprensiva auténtica.

El futuro que es una ficción de lo más condicionante, lo vamos construyendo a base de una memoria fabricada según nuestros deseos y ambiciones, por ello nos perdemos un presente pleno de autenticidad.

En la actualidad muchas personas preparan su jubilación económica, pensando en la ficción del futuro olvidando el PRESENTE, cuidado no pensemos que esas personas que viven al día son conscientes, de eso nada, el ser consciente es una no acción integradora llena de vitalidad que nos reconduce a nuestra naturaleza real.

El AQUÍ AHORA es la expresión perfecta para comenzar a comprender que la naturaleza de la existencia sucede de un modo fulminante y renovado instantáneamente, que lo que era presente deja de serlo de un modo instantáneo, por ello todo el

universo es un MOMENTO PRESENTE.





LA MASCARA

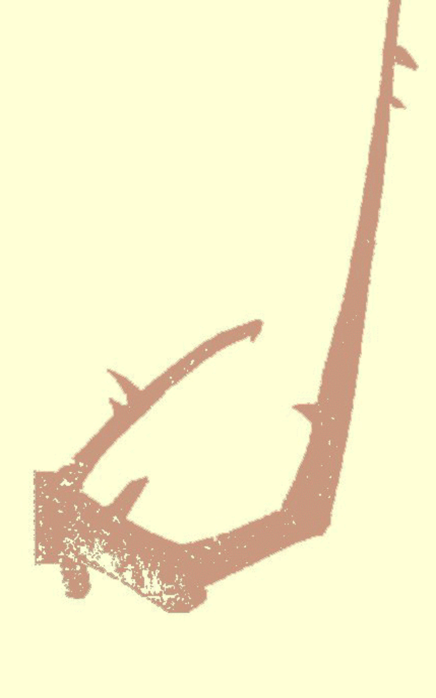
Hay secuaces del Zen que no perciben al hombre verdadero en una máscara
porque ellos reconocen al alma unida al yo.
Esta alma es la simiente de muerte y nacimiento,
y los tontos la llaman el hombre verdadero.

Comentario : Hay una corta historia, Zuigán llama a su maestro y es así:

Todos los días Zuigán hacía una llamada a sí mismo:
-Maestro,
y se contestaba: sí ,señor.

Luego añadía: Hazte sobrio.
Y volvía a responderse: sí, señor.
Después continuaba, no te dejes engañar por otros.
Sí, señor respondía a sí mismo.

Se vende y se compra así mismo el viejo Zuigán, realiza una función de marionetas, usa diferentes máscaras para llamar "maestro" y otra que responde. Otra máscara dice "hazte sobrio". Cualquier adhesión a cualquiera de las máscaras se equivoca, es un secuaz del Zen, sin embargo si imita al viejo Zuigán se convertirá en un zorro ZEN.





EL PENSAMIENTO NO ES LA CONSCIENCIA

COMENTARIO : La mente por si misma, es un mecanismo, creemos de modo general que tenemos consciencia pero ello es un error, ya que se confunde

con el mecanismo que es la mente, la consciencia se manifiesta sin limites y si no hay limites no hay centro, a diferencia del pensamiento que precisa de limites para manifestar su centro, la cultura en general no avanza de modo creativo e integrador debido al hecho de que su propia naturaleza que es la mente dispone de limites, ello evita la integración en la totalidad; si escogemos una enorme pizarra y trazamos un punto, se observará el punto ignorando la totalidad que es la pizarra, esto es uno de los limites, el no poder percibir la totalidad del conjunto, ello lo podemos observar en la falta de comprensión con el entorno natural y el enorme daño que la humanidad está realizando al conjunto del planeta,

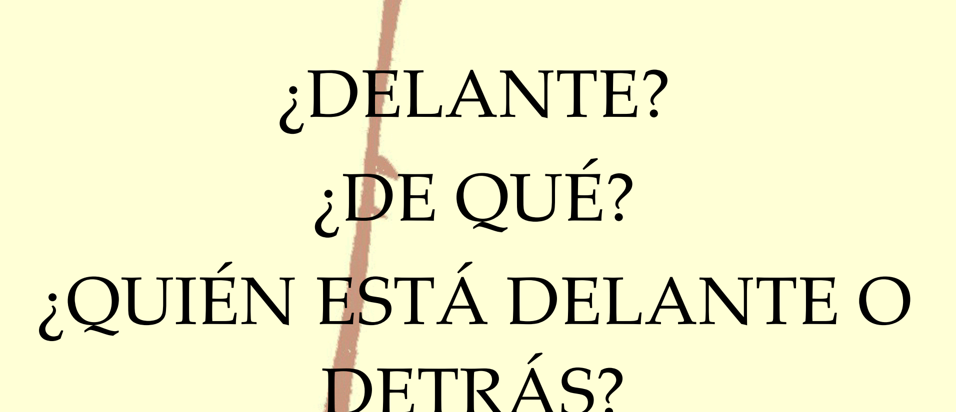
esta falta de integridad vital es uno de los mayores limites.

La mente crea el mundo y el mundo luego crea a la mente y se ayuda uno y otro como la pescadilla que se muerde la cola.

Si estas sediento necesitas agua real y no agua de sueños, esto es lo que se hace en la actualidad se alimenta el mundo de sueños de ficciones creadas por la mente, pero se obvia se rechaza lo importante lo vital lo que es real, es decir dar agua real al sediento y este dejará de tener sed, ello responde a la pregunta

genérica de ¿por que es el mundo así? pues por que lo crea la mente a base de sueños de falta de realidad y esto se manifiesta en todas las áreas de nuestra vida, la social, la de salud, la económica.

La consciencia no es el pensamiento, es la COMPRENSIÓN.



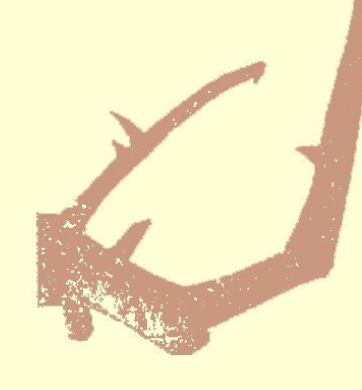
¿DELANTE?
¿DE QUÉ?
¿QUIÉN ESTÁ DELANTE O DETRÁS?





¿HAY ALGUIEN QUE PUEDA ESTAR?

¿MENTE O CONCIENCIA?





LAS TRES BARRERAS DE TOSOTSU

El maestro Tosotsu Etsu levantó tres barreras y preguntó ;

El fin de ir de un lugar a otro pisando hierbas y preguntar a un maestro acerca de la verdad sutil, solamente es caer en la cuenta de la naturaleza propia.

Pues bien, venerables monjes , ¿dónde está en este

preciso momento la naturaleza propia?

Cuando hayáis alcanzado vuestra naturaleza propia, podréis liberaros del nacer y morir. ¿cómo os liberaréis del nacer y morir, cuando la luz de vuestros ojos se nuble?

Cuando os hayáis liberado del nacer y morir sabréis a dónde ir, ¿a dónde vais a ir, después de haberos descompuesto en los cuatro elementos?

Comentario: La naturaleza propia no se encuentra en un lugar de terminado o se busca, la naturaleza propia ES, siempre y en todo momento somos, no tenemos, en nuestra vida común siempre utilizamos términos que ofenden la esencialidad, tener es utilizado como un término mercantil, cuando hablamos del SER solamente hemos de reencontrarlo,

no se tiene se ES.

Cuando alcanzamos otra vez nuestra esencialidad entonces nuestros deseos dejan de producir divisiones y entonces nos liberamos del nacer y morir que en su origen siempre se encuentra el germen del afán.

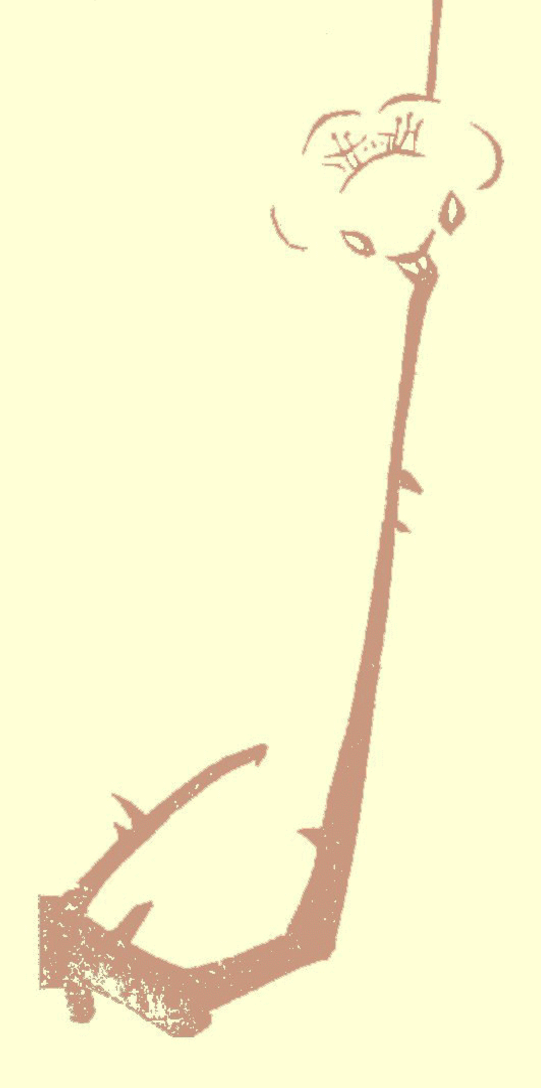
¿Donde hemos de ir? donde vamos a ir, ¿hay acaso algún lugar? , la esencia de nuestra naturaleza siempre es la misma, si no hay desacuerdo. si no hay algo desafinado entonces fluimos con el todo.

En un momento de conciencia vemos toda la

eternidad

la eternidad no es otra cosa que el ahora mismo.

Si ves a través de esta conciencia en este momento, ves a través de quién está viendo ahora mismo.





¡ QUÉ MARAVILLA CORTO LEÑA TRAIGO AGUA!

Comentario: Este Koan es muy profundo, determina que la iluminación sucede en un instante, en el momento presente, y viene a determinar que lo importante es la calidad de la vida, no de la cantidad; a continuación una vieja historia que lo profundiza de

modo ingenioso:

Un hombre estaba sacando agua de un pozo a la entrada del bosque, la vendía y la utilizaba en su huerto viviendo de su modesta ganancia. Un día un ermitaño salió del bosque, el hombre lo vio y le pidió consejo. El ermitaño le dijo; adéntrate en el bosque, el hombre así lo hizo y se encontró con un bosque de arboles, que vendió como madera de construcción, se

enriqueció mucho, un día recordó las palabras del ermitaño "adéntrate en el bosque" y volvió a adéntrarse, se encontró con una mina de plata, la extrajo y se hizo aún más rico, pasó el tiempo volvió a recordar la frase del ermitaño y se adentró más en el bosque, en esta ocasión se encontró con un yacimiento de piedras preciosas, se volvió más rico que antes, pasó el tiempo y recordó la frase de "adéntrate en el bosque, lo hizo, y al alba se volvió a encontrar en la entrada del bosque, delante del pozo de agua, así que sacó agua y la vendió a la gente como antes. ¡Qué maravilla, traigo agua, corto leña!



LA VERDAD SIN AMOR VUELVE CRITICON

El deber sin amor vuelve malhumorado
La responsabilidad sin amor vuelve desconsiderado
La justicia sin amor vuelve rígido
La verdad sin amor vuelve criticón

La educación sin amor vuelve contradictorio
La inteligencia sin amor vuelve astuto
La amabilidad sin amor vuelve hipócrita
El orden sin amor vuelve disputador
El poder sin amor vuelve violento
El honor sin amor vuelve arrogante
Las posesiones sin amor vuelven avaro
La fe sin amor vuelve fanático.

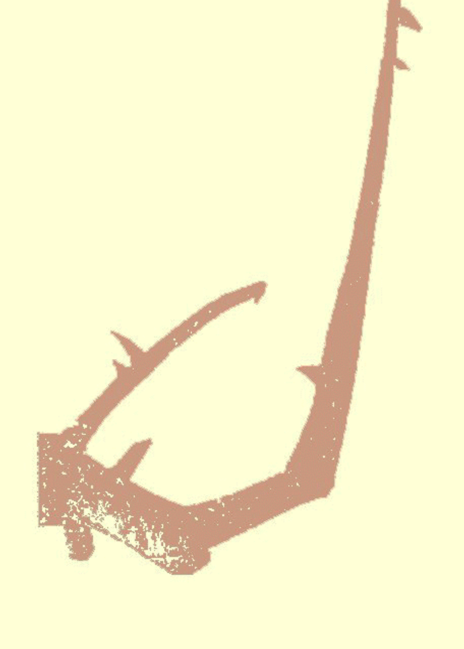
Es preciso que describa lo que es amor; solamente podemos describirlo, la experiencia es existencial; el amor es la liberación del corazón, cuando nos liberamos del interés de la conciencia individual e individualizada, cuando los límites dejan de existir y por lo tanto no hay centro, cuando la linea divisoria deja de existir, ya no hay desacuerdo, entonces se expresa el amor, la liberación del corazón y de la mente.

Al comienzo cada acción tiene que ser acción conjunta con la liberación del corazón, cuando decimos que arrogante es, sabemos que es una persona con honor que no tiene amor (liberado el corazón).

Si observamos al disputador al discutidor sabemos que es el erudito falto de amor (liberado el corazón).El monje zen Dogen Zenji escribió en su

Shobogenzo:

Oh monjes, en esta vida hay medios efectivos de salvación,
capaces de originar una reencarnación buena y ganancia espiritual,
pero todo esto junto no tiene el valor de una dieciseisava parte del
amor, de la liberación del corazón y de la mente. El amor, la
liberación del corazón y de la mente, lo absorbe todo, brillando,
reluciendo, resplandeciendo.





¿DÓNDE ESTÁ LA PUERTA?

Este Koan es muy revelador, ¿dónde está la puerta?, cuando estamos en nuestra habitación y nos levantamos, no pensamos dónde está la puerta, nos dirigimos hacia ella, primero hemos de encontrar nuestro centro, nuestro lugar, una vez que lo hemos

hallado buscar la puerta no es necesario, se sabe como un relámpago, es de súbito, no es preciso pensar la acción, la acción se manifiesta.

Cuándo la acción es espontánea, es una acción llena de armonía, es un acorde musical, cuando nos llevamos la cuchara a la boca en un lugar público es una acción sin gracia, es torpe, ¿por qué sucede ? porque estamos pensando una acción que ya tenemos asumida pero deseamos provocar en los demás agrado, y paradoja, el resultado es desfavorable, cuando estamos en nuestra intimidad, nos llevamos la cuchara a la boca de mil modos gráciles, porque no estamos pensando la acción.

PREGUNTA.- ¿Entonces no debemos pensar las acciones?

J.M- Si debemos pensar las acciones, lo que no debemos hacer es contaminar con nuestros contenidos mentales una manifestación armoniosa de una acción; si estamos bailando y hemos ensayado mil veces, cuando estrenamos el baile ya no lo pensamos lo hacemos, el baile es armonioso grácil, el baile de la VIDA es lo mismo.

¿DÓNDE ESTOY?

¿SOY?

¿ESTOY?

¿ACASO ES LO MISMO?



MEDITACION
¡SÓLO TESTIGOS!

¡esto es Zen!

(Buda de la Medicina)

